

令和3年2月

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
野菜クッパ かぼちゃの煮物 中華風酢の物 フルーツ	干しエビと大豆のご飯 いわしのパン粉焼き 青菜とコーンの和え物 大根の味噌汁 フルーツ	パン マカロニグラタン パプリカサラダ 野菜スープ フルーツ	ご飯 油淋鶏(ユーリンチー) コールスローサラダ 白かぶの味噌汁 フルーツ	ご飯 鱈の味噌マヨネーズ焼き ブロッコリーのごま和え 麩とわかめのすまし汁 フルーツ
お好み焼きパン 牛乳	鬼まんじゅう 牛乳	ツナの炊き込みおにぎり お茶	黒豆いももち 牛乳	ちんすこう 牛乳
				
8	9	10	11	12
たらこ大葉ご飯 松風焼き 白菜と生揚げの煮物 きのこのすまし汁 フルーツ	ご飯 鮭のきのこマヨソース 小松菜のおかか和え 豆腐の味噌汁 フルーツ	たぬきご飯 若鶏のから揚げ 大根のごま風味 白菜スープ フルーツ	建国記念日	パン 豚肉のごま焼き ブロッコリーのゆかり和え かぼちゃの豆乳汁 フルーツ
りんごのケーキ 牛乳	ミルクくずもちイチゴソース のむヨーグルト	お豆腐のガトーショコラ 牛乳		夕焼けおにぎり お茶
				
15	16	17	18	19
カレーライス あらめの炒め煮 青菜と白菜の和え物 フルーツ	パン 肉うどん 金時豆の甘煮 こぎつねサラダ フルーツ	弁当の日	ごまわかめご飯 焼きししゃも (ひよこ・りす…白身魚) ジャーマンポテト キャベツの味噌汁 フルーツ	ご飯 さばの照り焼き ひじきの和風サラダ 麩のかきたま味噌汁 フルーツ
杏仁豆腐	枝豆昆布おにぎり お茶		ジャムパン 牛乳	きなこ蒸しパン・牛乳
				
22	23	24	25	26
ビビンバ丼ぶり 切干大根の煮物 ベイクドかぼちゃ わかめスープ フルーツ	天皇誕生日	ご飯 鮭の香味焼き 大根のツナマヨサラダ きのこスープ フルーツ	ご飯 チャプチェ まめなサラダ はんぺんの味噌汁 フルーツ	パン カレイのピカタ キャベツのごま和え ウインナーのポトフ風スープ フルーツ
チーズトースト 牛乳		フルーツヨーグルト和え	あべかわマカロニ 牛乳	鶏そぼろおにぎり お茶
				